

УДК 796.82

*В. Ю. Петрошевич,  
курсант факультета милиции  
Могилевского института МВД  
Научный руководитель: Л. С. Неменков,  
доцент кафедры прикладной физической  
и тактико-специальной подготовки  
Могилевского института МВД*

## **СОДЕРЖАНИЕ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ БОРЦОВ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ**

Одним из главных направлений в подготовке спортсменов и тренерско-педагогических кадров по спортивной борьбе является совершенствование их профессиональной технико-тактической подготовки (далее — ТТП). Существующая система подготовки студентов по спортивной борьбе на факультетах физического воспитания в учреждениях высшего образования характеризуется прямой зависимостью между уровнем спортивной подготовки абитуриента и успешностью его личного спортивного опыта. Ведущие специалисты в области спортивной борьбы полагают, что техника в сочетании с тактикой является основой спортивного мастерства борца, тогда как остальные стороны подготовки играют относительно вспомогательную роль по отношению к ним [1–3]. В связи с этим формирование базиса ТТП у борцов приобретает первостепенное значение.

С этой целью нами была предпринята попытка уточнить оптимальные подходы к содержанию ТТП борцов с учетом современных тенденций. На начальном этапе подготовки важным условием является соблюдение оптимальных пропорций объема технико-тактических действий (далее — ТТД). Традиционно выделяется два подхода к определению изучаемого объема ТТД в спортивных единоборствах. В первом подходе успех в овладении ТТД связывают с обучением расширенному объему атакующих действий, на базе которого вырабатывается «коронный прием», присущий индивидуальным особенностям спортсмена [4; 5]. В другом подходе для овладения оптимальным объемом ТТД предлагается использовать специализированные подвижные игры и игры с элементами единоборств [6]. Однако, как подчеркивает А. А. Новиков, обязательным условием надежного освоения ТТД борцом является их совершенствование, которое осуществляется в учебных, учебно-тренировочных и тренировочных схватках [7].

Анализ содержания программного материала спортивных школ показал, что объем ТТД постоянно увеличивается. При этом соотношение ТТД в стойке и партере показывает, что увеличилось это соотношение в сторону борьбы на ногах. В то же время при сравнении данных показателей с показателями соревновательной деятельности выявляется несоответствие данного соотношения практике спортивной борьбы, тогда как должна прослеживаться связь между соревновательной деятельностью и содержанием ТТП борцов. Следовательно, в учебных программах по спортивной борьбе необходимо учитывать частоту применения и эффективность ТТД в соревновательных схватках. Также в процессе ТТП необходимо соблюдать временные пропорции на обучение и совершенствование технических действий в зависимости от их применяемости на соревнованиях, причем наиболее применяемые приемы должны формировать индивидуальный комплекс ТТД.

ТТП борца, кроме атакующих, защитных и контратакующих действий, включает в себя умение вести комбинационную борьбу и тактическую подготовку. В процессе ТТП следует учитывать, что навыки комбинационной борьбы должны закладываться уже на начальном этапе. Реализация данной проблемы в спортивной борьбе возможна путем комбинирования технических действий по принципу «прием — контрприем». То есть, освоив прием, борец должен затем овладеть защитой и контрприемом от этого приема. И. И. Алиханов предлагает здесь строить «базу» ТТД на основе структурного сходства приемов [4]. При этом ведущее значение автором придается наличию определенного захвата и тактических вариантов.

Обучение техническим действиям в спортивной борьбе — сложный многогранный процесс, зависящий от влияния множества разнообразных факторов. Критерием уровня спортивно-педагогического мастерства тренера-преподавателя, как и спортсмена, служит разносторонняя и результативная ТТП. Так, ТТП борцов не следует сводить лишь к обучению определенному набору ТТД борьбы, а необходимо обязательное освоение приемов борьбы с соперником, т. е. формирование навыков комбинационной борьбы «прием — контрприем». Также ТТП борцов должна строиться с учетом современных тенденций развития техники борьбы, частоты применения и эффективности ТТД в соревновательных схватках, эволюции правил соревнования по спортивной борьбе. Все это, безусловно, требует соответствующей трансформации содержания и объема учебного материала в программах спортивных школ на этапе «базовой» подготовки борцов.

## Список основных источников

1. Завьялов, Д. А. Теория и практика формирования ключевой двигательной компетентности в спортивной борьбе : дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04 / Д. А. Завьялов. – Красноярск, 2006. – 299 л. [Вернуться к статье](#)
2. Меджидов, М. Б. Содержание и методика преподавания спортивной борьбы на педагогических факультетах ИФК : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / М. Б. Меджидов. – М., 1987. – 158 л. [Вернуться к статье](#)
3. Туманян, Г. С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки : учеб. пособие : кн. 1 : Пропедевтика / Г. С. Туманян. – М. : Советский спорт, 1999. – 285 с. : ил. [Вернуться к статье](#)
4. Алиханов, И. И. Дидактические основы обучения броскам в вольной борьбе / И. И. Алиханов // Спортивная борьба : Ежегодник. – М., 2005. – С. 37–41. [Вернуться к статье](#)
5. Павлов, А. Е. Пути повышения эффективности методики начального обучения в классической борьбе / А. Е. Павлов // Теория и практика физической культуры. – 2012. – № 9. – С. 31–34. [Вернуться к статье](#)
6. Балдаев, К. В. Подвижные игры на этапе начальной спортивной специализации в вольной борьбе : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / К. В. Балдаев. – М., 1986. – 124 л. [Вернуться к статье](#)
7. Новиков, А. А. Взаимосвязь технических действий в классической борьбе / А. А. Новиков, С. Н. Смоляр // Спортивная борьба : Ежегодник. – М., 2002. – С. 31–38. [Вернуться к статье](#)